

# REPORT MENSILE

## OTTOBRE 2022

1 POMODORO == 25 MINUTI

TOMMASO CRIPPA  
THE POMODORO TECHNIQUE

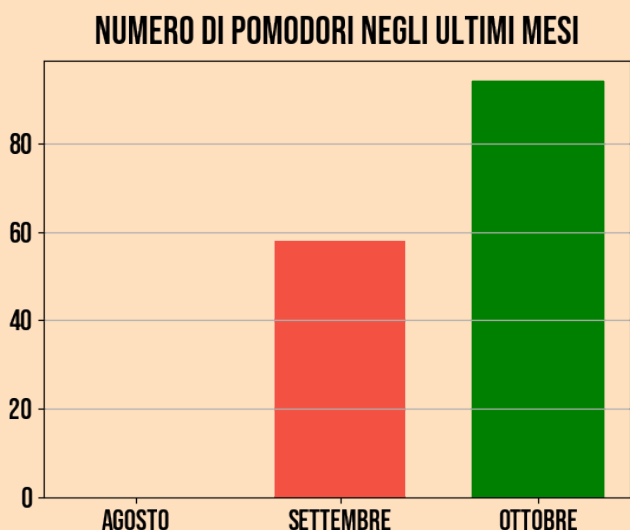
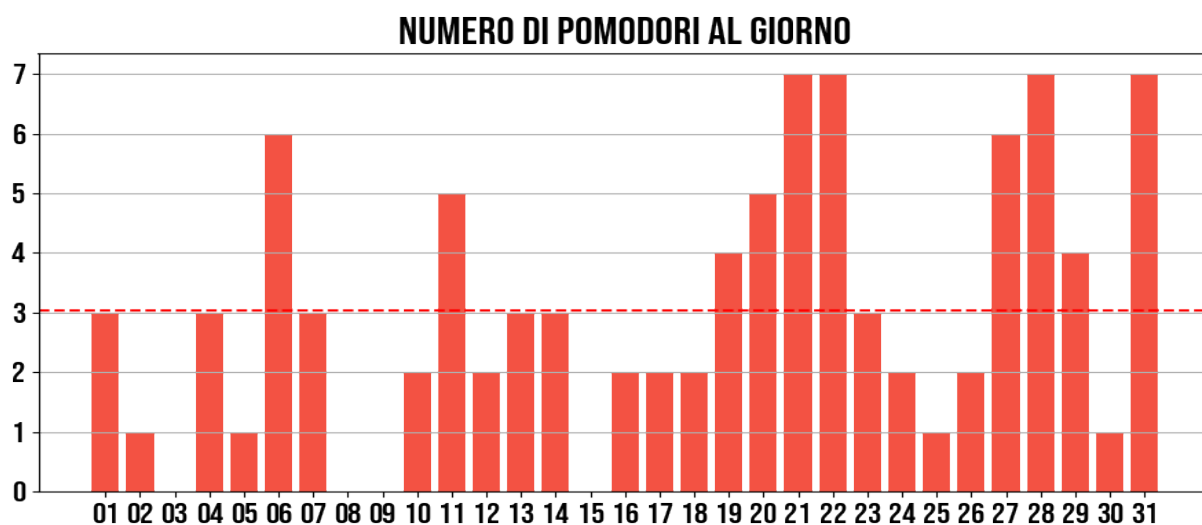


# POMODORI COMPLETATI

**A OTTOBRE SONO STATI COMPLETATI 94 POMODORI!**

**IN MEDIA SONO 3.03 POMODORI AL GIORNO!**

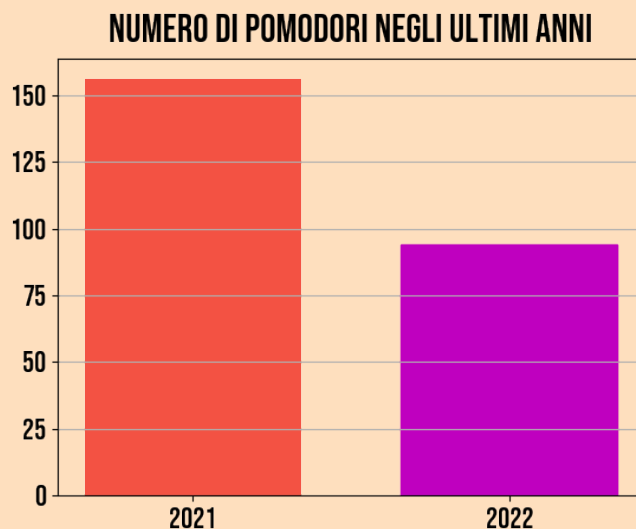
**SONO 39 ORE E 10 MINUTI!**



**+36 IN PIÙ DELLO SCORSO MESE**

**(+1.1 POMODORI AL GIORNO)**

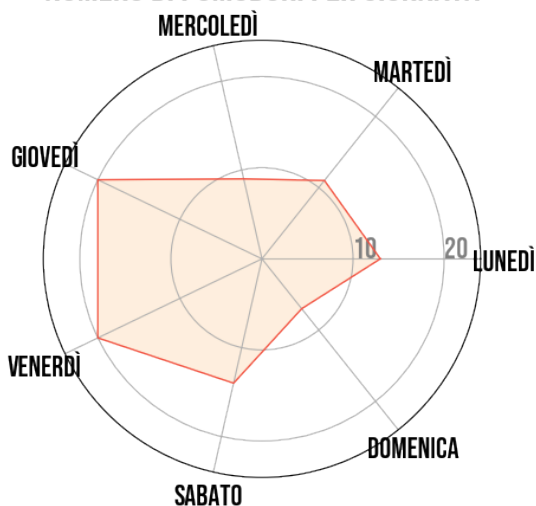
**-62 IN MENO DELLO SCORSO ANNO**  
**(-2.0 POMODORI AL GIORNO)**



# ATTIVITÀ DEL MESE



NUMERO DI POMODORI PER GIORNATA

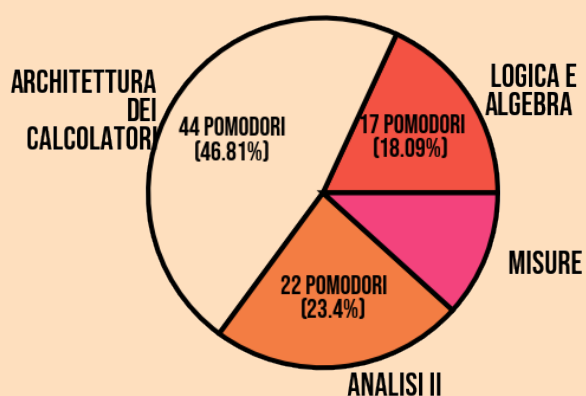


**MIGLIOR GIORNO: VENERDÌ (20 POMODORI)**

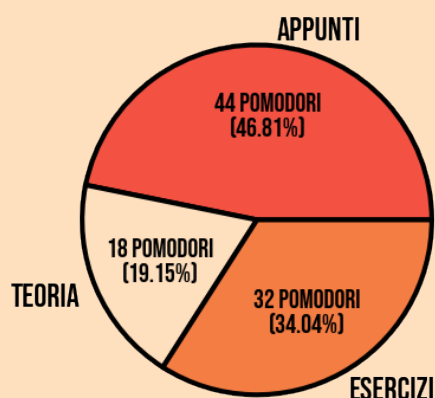
**PEGGIOR GIORNO: DOMENICA (7 POMODORI)**

**21 POMODORI FATTI NEI WEEKEND**

NUMERO DI POMODORI PER MATERIA



NUMERO DI POMODORI PER TIPO DI STUDIO

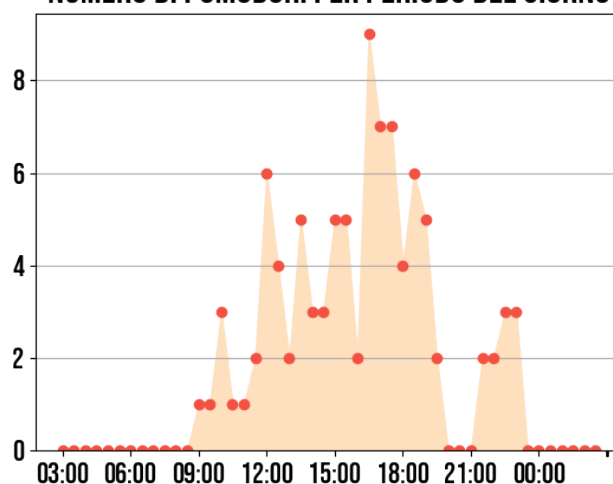


**MIGLIOR PERIODO: 16:30 (9 POMODORI)**

**PEGGIOR PERIODO: 23:30 (0 POMODORI)**

**0 POMODORI FATTI DI NOTTE**

NUMERO DI POMODORI PER PERIODO DEL GIORNO





**KEEP  
CALM  
AND  
POMODORA  
A MANETTA**

**TOMMASO CRIPPA  
THE POMODORO TECHNIQUE**